

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Центр»
МИШИНА Н.В.

СОГЛАСОВАНО
И.О. ДИРЕКТОРА ГИМНАЗИИ № 4
ЗАХАРОВА Ф.В.

МЕНЮ НА 9 МАРТА 2023 ГОДА

ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)

КАША МОЛ. ПШЕННАЯ С МАСЛОМ
ЧАИ С ЛИМОНОМ
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн., ккал.
17,91	245/10	13,74	15,36	33,69	328
3,86	200	0,26	0,06	15,22	59
3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
25		17,8	15,82	73,21	506

ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)

МАСЛО ПОРЦИЯМИ
КАША МОЛ. ПШЕННАЯ С МАСЛОМ
ЧАИ С ЛИМОНОМ
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн., ккал.
6,79	10	0,05	8,25	0,08	75
15,47	285/5	15,85	15,07	39,09	355
3,86	200	0,26	0,06	15,22	59
3,88	60.	4,56	0,48	29,16	142
30		20,72	23,86	83,55	631

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ СВ. ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ
СУП КАРТОФ. С МАКАР. ИЗДЕЛИЯМИ С ПТИЦЕЙ
КОТЛЕТЫ РУБ. ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ С СОУСОМ
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн., ккал.
16,49	60.	0,58	6,07	2,19	66
12,61	250/5	3,98	3,16	21,04	128
20,11	90(50/40)	11,51	9,12	11,38	174
6,5	150	2,25	6	23,7	158
6,45	200	0,2	1,16	27,88	115
2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
65		23,02	26,41	111,99	767

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ СВ. ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ
СУП КАРТОФ. С МАКАР. ИЗДЕЛИЯМИ С ПТИЦЕЙ
КОТЛЕТЫ РУБ. ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ С СОУСОМ
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн., ккал.
20,48	100	0,9	10,11	3,47	109
13,41	250/12,5	5,6	4,15	21,15	158
21,02	100(50/50)	12,7	10,1	12,6	184
7,8	180	2,7	7,2	28,5	209
6,45	200	0,2	1,16	27,88	115
2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
72		26,6	33,62	119,4	901

ПОЛДНИК

ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ
МАНДАРИНЫ СВ. ПОРЦИЯМИ

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн., ккал.
11,8	75	8,46	7,34	31,9	229
15,63	200	1,04	0	30,96	123
7,57	37	0,3	0,11	3	15
35		9,8	7,45	65,86	367

САЛАТ ИЗ СВ. ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ
СУП КАРТОФ. С МАКАР. ИЗДЕЛИЯМИ С ПТИЦЕЙ
КОТЛЕТЫ РУБ. ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ С СОУСОМ
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн., ккал.
16,49	60.	0,58	6,07	2,19	66
12,61	250/5	3,98	3,16	21,04	128
20,11	90(50/40)	11,51	9,12	11,38	174
6,5	150	2,25	6	23,7	158
6,45	200	0,2	1,16	27,88	115
2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
65		23,02	26,41	111,99	767

ГЛ.БУХГАЛТЕР
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

ТРОФИМОВА Л.М.
ОВЧИННИКОВА В.В
ЕГОРОВА И.И.